



Lavendel blüht und duftet – blau – sein Odeur schmeichelt der Seele.

Wenn wir die Blüten genau betrachten, erscheinen uns die kleinen, trichterförmigen, violettblauen Lippengebilde wie trompetenförmige Spraydosen, die ihren betörenden Wohlgeruch in den frischen Sommerwind versprühen.

Zur Produktion seines duftenden Aromas benötigt der Lavendel intensive Bestrahlung.

Damit die Pflanze sich keinen „Sonnenbrand“ einfängt, schützt sie sich mit grau filzig behaarten Blättern, deren Flaum in der Lage ist, die einfallenden Hitzestrahlen zu reflektieren, die Wärme zu absorbieren und die verdunstende Feuchtigkeit zurückzuhalten.

Zusätzlich richtet sich das ledrig schmale Blattwerk mit seinen eingerollten Rändern nach oben, um die Verdunstungsfläche so gut wie möglich zu verringern.

Das sonnenhungrige Blütenkind hat sich also einiges einfallen lassen, um gegen die Sommerglut gewappnet zu sein. Die so gespeicherte Wärme, die oft bis tief in die Nacht erhalten bleibt, nutzt der Lavendel als Energiequelle, um die beachtlichen Mengen des ätherischen Öls herzustellen.

Die grösste Anziehungskraft entwickelt der Lavendel auf den kilometerlangen, blauvioletten Feldern der Provence.

Das sanft wogende Blütenmeer wirkt auf den Betrachter wie eine botanische Sinfonie, komponiert aus Farbe, Duft und Schönheit.

Verwandte Arten: Lavandula latifolia Vill. (Grosser Speik) mit etwas breiteren Blättern,
Lavandula stoechas L. (Schopflavendel), blauviolette Blüten in kopfiger Scheinähre.

Während der Blütezeit, von Juli bis August, werden die Lavendelblüten von Schmetterlingen und Bienen regelrecht umschwärmt – ein wunderschönes Duft- und Naturerlebnis. Für die Ernte werden die Blüten während des Aufblühens geschnitten, zu Sträußen gebunden und zur Trocknung an einem luftig schattigen Ort gelagert. Nach der sommerlichen Hochblüte schneidet man die Lavendelstauden zurück. Dadurch wird ein starkes Verholzen der Pflanze verhindert und ein buschiges vitales Wachstum erreicht. Oft beschenkt uns dann der Lavendel mit einer reichen Nachblüte.

Pflanzt man den Lavendel zwischen die Rosen, schützt er diese vor Läusebefall. Der Lavendelduft, respektive das reichlich vorhandene ätherische Öl hemmen, nebst den unten erwähnten Eigenschaften, auch das Wachstum von Pilzen. So hat sich der Einsatz von Lavendelöl bei Pflanzen, welche anfällig auf Pilz- oder Schädlingsbefall sind bewährt. Man besprüht die Pflanzen vorbeugend, je nach Befallsdruck, alle 2-5 Tage mit 1 Tropfen Lavendelöl auf 1 Liter Wasser.

Geschichtliches

Die Verwendung von Lavendel war schon im Altertum bekannt. Bei den alten Ägyptern war der Lavendel hoch angesehen und sie stellten daraus wertvolle Balsame her, die sie unter anderem zur Mumifizierung ihrer Toten verwendeten.

Sie verwöhnten sich mit Duftwassern und den Verstorbenen gaben sie Parfümurnen mit Lavendel ins Grab.

Als die letzte Ruhestätte von Tut-ench-Amun freigelegt wurde, roch es nach 3000 Jahren immer noch nach Lavendel.

Die Griechen wiederum schmückten Jungfrauen, welche den Göttern geopfert wurden, mit Lavendelblüten.

Bei den Römern war der Lavendel nebst der Rose das Körperpflegemittel Nummer eins.

Julius Cäsar soll sich nach einem aufreibenden Tag im Senat mit einem Lavendelbad erfrischt haben.

Im Mittelalter wurde die Duftpflanze dann durch Benediktinermönche in den Norden Europas gebracht, wo das „blaue Blütenwunder“ grosse Verbreitung fand.

Paracelsus gebrauchte den Lavendel einerseits als Nervenkräuteln, andererseits wegen der keimtötenden Eigenschaften zur Prophylaxe gegen Seuchenerkrankungen.

Einen grossen Stellenwert erlangte die Blüte im Jahre 1709, als der Italiener Giovanni Maria Farina in der Glockengasse 4711 in Köln das „Eau de Cologne“ kreierte, das unter anderem auch Lavendelöl enthält.

Das Odeur beschrieb er mit folgenden Worten: „Es duftet wie ein italienischer Frühlingmorgen nach Regen, Orangen, Zitronen, Bergamotten, Limetten, Blüten und Kräutern meiner Heimat.“

Napoleon war von diesem Parfum derart begeistert, dass er kistenweise „Kölnisch Wasser“ bestellte.

Der Lavendel wurde eine Pflanze für Liebende, welche sich als Zeichen der Zuneigung Lavendelsträusschen schenkten. Ein Beutel mit getrocknetem Lavendel auf der Haut getragen, lockte den Geliebten herbei und als Glücksbringer am Strumpfband irischer Bräute befestigt, sollte er zu einer guten Ehe verhelfen. Ohnmächtig gewordene Damen rief der Duft von Lavendel zurück ins Leben. Widerborstige Männer sollten gefügig gemacht werden, indem man die Wäsche mit Lavendel parfümierte.

Der Valander wurde bald ein unentbehrlicher Begleiter im täglichen Leben. Darauf weist uns der Gattungsnahme Lavandula hin. Er wird vom lateinischen lavare – waschen abgeleitet und nimmt Bezug auf die frühere Bedeutung von Lavendelbädern und streicht die allgemein reinigende Wirkung vom Lavendel hervor. Bevor wir überflutet wurden mit synthetischen Duftstoffen und einer Unmenge an aufdringlich parfümierten Putzmitteln, war es gang und gäbe ein paar Tropfen Lavendelessenz ins Seifenwasser zu geben. Der Duft erfrischte und belebte den Raum mit seiner harmonisierenden Wirkung und schützte vor krankmachenden Keimen, vor Schädlingen und Insekten aller Art. So ist der Lavendelduft ein altbewährtes Hausmittel und hält Schädlinge wie Läuse, Kleider- oder Lebensmittelmotten auf Distanz.

Verwendung in der Heilkunde

In der Naturheilkunde wird vorwiegend der echte Lavendel verwendet. Die Blüten oder die Essenz aus diesen haben eine beruhigende Wirkung auf das zentrale Nervensystem.

Äusserlich wird vor allem das ätherische Öl eingesetzt, während bei der innerlichen Anwendung vor allem die Blüten in Teemischungen verabreicht werden.

Im ätherischen Öl sind über 200 verschiedene Inhaltsstoffe nachgewiesen worden.

Lavendelessenz wirkt erwiesenermassen keimhemmend, desinfizierend, wundheilend, wie auch beruhigend und harmonisierend, sowohl auf der körperlichen als auch auf der seelischen Ebene.

Interessanterweise kann Lavendel kühlend oder wärmend wirken, entspannen sowie anregen.

Das Nervenkräutlein lindert starke Kopfschmerzen, Migräne- und Menstruationsbeschwerden.

Bei einer **Überdosierung** können diese jedoch möglicherweise auch ausgelöst werden.

Bei Verbrennungen wirken Umschläge oder sanfte Waschungen mit Lavendelessenz sehr heilsam und können den Heilungsverlauf merklich beschleunigen.

Auch zur äusserlichen Behandlung von Ekzemen, Insektenstichen und Hautbeschwerden mannigfaltiger Art, zur Linderung von Gicht und anderen rheumatischen Beschwerden, bei Hexenschuss und Verstauchungen, sowie bei Atemwegserkrankungen und – nicht zu vergessen bei Mundgeruch, kennt man den Lavendel als wirksamen Inhaltsstoff von Tinkturen, Salben, Balsamen, Massageölen, Badezusätzen, Inhalationsmischungen und anderen Produkten.

Innerlich eingenommen, meist in Form von Kräuterteemischungen, bewirkt Lavendel ein Abklingen von Bauchkrämpfen, Blähungen, Übelkeit und Verdauungsstörungen.

Auf der seelischen Ebene wirkt die Aromatherapie mit Lavendel heilsam auf nervöse Beschwerden und Schlaflosigkeit.

In der Duftlampe angewandt oder als Tee getrunken unterstützt Lavendel die allgemeine Entspannung, klärt und erfrischt den Geist und trägt zur Harmonisierung des körperlichen seelischen Wohlbefindens vom Menschen bei.

Das feinstoffliche Potenzial der Lavendelblüte fördert den Energiefluss, belebt und aktiviert. Die Blütenkraft wirkt erfrischend, steigert die Konzentration, führt zu Klarheit des Geistes, hilft Entscheidungen zu treffen und verhindert geistiges Chaos und Wirrwarr. Die innere Balance wird reguliert, und seelische Spannungen wie aufgestaute Gefühle werden aufgelöst. Ebenso mildern sich Aggressionen und provokatives Verhalten.

Fliegenabwehr

Durch seinen zwar süssen, aber leicht strengen Geruch vertreibt Lavendel lästige Fliegen und Mücken.

Einfach an einer Schnur Lavendelstängel mit Wäscheklammern befestigen und zum Beispiel an einem Ast aufhängen. Auch Lavendelsträusschen auf dem Tisch bilden eine hervorragende Insektenabwehr und sehen dazu wunderschön aus.

Lavendelblütenkissen

Altbekannt ist das Lavendelblütenkissen, welches in verschiedenen Grössen selbst hergestellt werden kann.

Kleine Säckchen eignen sich für den Wäscheschrank, um Motten fernzuhalten. Darüber hinaus sorgen sie für frischen Duft.

Man kann sie auch unter Teppiche legen, um allerhand Ungeziefer abzuwehren.

Wenn die getrockneten Blüten in grössere Kissen auch mit Dinkelspreu eingenäht werden, kann man sie als beruhigende und entspannende Schlafkissen verwenden, häufig wird noch Melisse und Hopfen beigemischt.

Lavendelbad oder Waschung

1 Handvoll getrockneter bzw. 1-2 Handvoll frischer Lavendelblüten mit 1 Liter kochendem Wasser überbrühen, 5-10 Min. ziehen lassen, abseihen und ins Badewasser geben oder wer kein Bad nehmen möchte, kann auch eine Waschung mit Lavendelwasser durchführen. Die Wirkung ist fast genauso entspannend und beruhigend wie die eines Vollbades.